

Henni Kukkonen

ÄITI-LAPSIHUHTEN LAADUN YHTEYS NUOREN TUNTEIDEN SÄÄTELYYN: LAPSEN HAASTAVUUS MUOVAAVANA TEKIJÄNÄ

Yhteiskuntatieteiden tiedekunta
Pro gradu -tutkielma
Tammikuu 2020

TIIVISTELMÄ

Henni Kukkonen: Äiti-lapsisuhteen laadun yhteys tunteiden säätelyn keinoihin nuoruudessa: lapsen haastavuus muovaavana tekijänä
Pro gradu -tutkielma
Tampereen yliopisto
Psykologia
Tammikuu 2020

Tunteiden säätelyllä tarkoitetaan tunteiden voimakkuuteen, kestoon ja laatuun vaikuttamista. Tehokas tunteiden säätely edistää yksilöiden elämäntyytyväisyyttä ja mielenterveyttä. Erilaisten tunteiden säätelyn keinojen, kuten kognitiivisen uudelleen arvioimisen ja tunteiden ilmaisun tukahduttamisen, avulla yksilöiden on mahdollista saavuttaa tunteiden säätelyyn liittyviä tavoitteitaan. Tunteiden säätelyn kehitykseen vaikuttaa vanhemman ja lapsen välisen suhteen laatu sekä lapsen ominaisuudet, kuten temperamentti. Erilainen muovautuvuus -malli olettaa, että vanhemmuus vaikuttaa yksilöllisellä tavalla lapsiin. Tiedetyt lapset ovat ominaisuuksiensa vuoksi alttiimpia sekä vanhemmuuden kielteisille että myönteisille vaikutuksille. Lapsen haastavan temperamentin on havaittu olevan ominaisuus, joka muovaa ympäristötekijöiden vaikutusta lapsen kehitykseen. Tämän tutkimuksen tavoitteena on tarkastella, ennustaako äiti-lapsisuhteen laatu keskilapsuudessa lapsen tunteiden säätelyn keinojen käyttöä myöhäisnuoruudessa. Hypoteesina on, että korkea äiti-lapsisuhteen laatu ennustaa korkeaa kognitiivista uudelleen arvioimista ja alhainen äiti-lapsisuhteen laatu korkeaa tunteiden ilmaisun tukahduttamista. Lisäksi tarkastellaan, toimiiko lapsen haastavuus muovaavana tekijänä äiti-lapsisuhteen ja tunteiden säätelyn keinojen välillä. Hypoteesina on, että lapsen korkea haastavuus 12 kuukauden iässä voimistaa äiti-lapsisuhteen laadun vaikutuksia tunteiden säätelyyn.

Tutkimusaineisto on pitkittäistutkimuksesta, jossa on seurattu perheitä raskausajalta lasten nuoruusikään asti. Tämän tutkimuksen aineisto koostui 247 nuoresta ja heidän äideistään. Äidin ja lapsen välisen suhteen laatua kartoitettiin äidin täyttämällä kyselyllä (SFIT) lapsen ollessa 7–8-vuotias. Nuoret vastasivat tunteiden säätelyn keinoja mittaavaan itsearviokyselyyn (ERQ) 17–19-vuoden iässä. Kysely mittaa, kuinka paljon nuori käyttää kognitiivista uudelleen arvioimista sekä tunteiden ilmaisun tukahduttamista tunteiden säätelyn keinoina. Molemmat vanhemmat arvioivat lapsensa haastavuutta osana vanhemmuuden stressiä mittaavaa kyselyä (PSI), kun lapsi oli 12 kuukauden ikäinen. Tilastollisena menetelmänä käytettiin hierarkkista regressioanalyysia.

Hypoteesin vastaisesti tulokset eivät osoittaneet yhteyttä äiti-lapsisuhteen laadun ja nuorten käyttämien tunteiden säätelyn keinojen välillä. Äiti-lapsisuhteen laatu keskilapsuudessa ei ollut yhteydessä lapsen kognitiiviseen uudelleen arvioimiseen eikä tunteiden ilmaisun tukahduttamiseen myöhäisnuoruudessa. Vastoin hypoteesia lapsen haastavuus ei osoittautunut muovaavaksi tekijäksi äiti-lapsisuhteen laadun ja tunteiden säätelyn keinojen välillä. Tämän tutkimuksen perusteella näyttäisi siltä, että normaaliväestössä ilmenevä vaihtelu äiti-lapsisuhteen laadussa ei merkittäväällä tavalla ennusta ainakaan epäsuotuisaa tunteiden säätelyä nuoruudessa. Jatkotutkimusta lapsen tunteiden säätelyn kehitykseen vaikuttavista tekijöistä tarvitaan lapsen eri ikävaiheissa ja erilaisissa riskiryhmissä.

Avainsanat: tunteiden säätely, vanhempi-lapsisuhde, temperamentti, pitkittäistutkimus

Tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu Turnitin OriginalityCheck –ohjelmalla

SISÄLLYSLUETTELO

1. JOHDANTO.....	1
1.1. Tunteiden säätely ja sen kehitys	2
1.2. Vanhempi-lapsisuhteen laadun vaikutus tunteiden säätelyn kehitykseen.....	4
1.3. Lapsen ominaisuuksien vaikutus tunteiden säätelyyn	7
1.4. Tutkimuskysymykset ja hypoteesit.....	9
2. MENETELMÄT	11
2.1. Tutkittavat ja tutkimuksen kulku.....	11
2.2. Menetelmät ja muuttujat	12
3. TULOKSET	15
3.1. Kuvailevat tulokset.....	15
3.2. Äiti-lapsisuhteen laatu nuoren tunteiden säätelyn keinojen ennustajana	15
3.3. Lapsen haastavuus muovaavana tekijänä äiti-lapsisuhteen ja nuoren tunteiden säätelyn keinojen välillä	16
4. POHDINTA	18
4.1. Äiti-lapsisuhteen laadun yhteys nuoren tunteiden säätelyn keinoihin.....	18
4.2. Lapsen haastavuus muovaavana tekijänä	20
4.3. Tutkimuksen vahvuudet ja rajoitukset	21
4.4 Tutkimuksen merkitys	23
LÄHTEET	24

1. JOHDANTO

Tunteet ovat tärkeä osa ihmisten elämää, sillä ne auttavat suuntaamaan huomiotamme, ohjaavat toimintaamme ja edistävät sopeutumistamme ympäristöön. Ne voivat kuitenkin olla yksilön tavoitteiden kannalta esimerkiksi liian voimakkaita tai pitkäkestoisia, ja siksi tarvitaan tunteiden säätelyä. Tunteiden säätelyn keinoja hyödyntämällä ihmiset voivat vaikuttaa tunteiden voimakkuuteen, kestoon ja laatuun (Gross, 2013). Onnistunut tunteiden säätely on yhteydessä muun muassa korkeampaan elämäntyytyväisyyteen, kun taas tunteiden säätelyn vaikeudet lisäävät riskiä erilaisiin mielenterveyden häiriöihin (Dryman & Heimberg, 2018; Gross, & John, 2003).

Vanhemmuuden tiedetään olevan yksi keskeinen tekijä lapsen tunteiden säätelyn kehityksessä (Morris, Silk, Steinberg, Myers & Robinson, 2007). Vanhemmat voivat mallintaa itse omalla käyttäytymisellään tunteiden säätelyn keinoja sekä keskustella lapsen kanssa tunteista ja niiden merkityksestä. Lapsen tunteiden säätelyn kehityksen kannalta vanhemman ja lapsen välisen suhteen laadulla on oleellinen rooli. Vanhemmuuden laatu vaikuttaa kuitenkin lapsiin eri tavalla riippuen lapsen ominaisuuksista, kuten temperamentista tai geneettisistä tekijöistä (Hankin ym., 2011; Van Aken, Junger, Verhoeven, Van Aken, & Deković, 2007). Aikaisemmissa tutkimuksissa on keskitytty lähinnä ympäristön riskitekijöihin ja kehityksen epäsuotuisiin seurauksiin haavoittuvuus–stressimallin (*diathesis-stress model*) mukaisesti (Ingram & Luxton, 2005). Erilainen muovautuvuus -mallissa (*differential susceptibility model*) lapsen tiettyjen ominaisuuksien ajatellaan olevan muovautuvuustekijöitä, jotka eivät vain lisää riskiä haitallisille seurauksille epäsuotuisissa ympäristöissä, vaan myös mahdollistavat tavallista paremman hyötymisen myönteisissä ympäristöissä (Belsky & Pluess, 2009).

Koska tunteiden säätelyn perusta muotoutuu lapsuudessa, tietoa tunteiden säätelyn kehitykseen vaikuttavista tekijöistä voidaan hyödyntää lasten myönteisen kehityksen edistämisessä. Tutkimusta on kuitenkin suhteellisen vähän vanhempi-lapsisuhteen laadun pitkäaikaisista vaikutuksista tunteiden säätelylle. Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää, kuinka keskilapsuudessa arvioitu äiti-lapsisuhteen laatu ennustaa tunteiden säätelyn keinoja myöhäisnuoruudessa. Lisäksi tässä tutkimuksessa testataan erilainen muovautuvuus -mallista johdettua hypoteesia siten, että tarkastellaan eroavatko nuoret sen suhteen, kuinka paljon äiti-lapsisuhteen laatu vaikuttaa heidän käyttämiinsä tunteiden säätelyn keinoihin.

1.1. Tunteiden säätely ja sen kehitys

Tunteiden modaalisessa mallissa (*Modal model of emotion*) tunteet nähdään tapahtumaketjuna, joka etenee psykologisesti merkityksellisestä tilanteesta, tarkkaavuuden suuntaamiseen, tilanteen arvioimiseen ja emotionaaliseen reaktioon (Gross, 2013). Yksilö arvioi tilannetta sen perusteella, mitä se merkitsee hänen tavoitteilleen, ja nämä arviot synnyttävät emotionaalisia reaktioita. Emotionaaliset reaktiot saavat aikaan muutoksia yksilön subjektiivisesti kokemassa tunnetilassa, käyttäytymisessä ja fysiologisella tasolla kehossa. Tunteet voivat kuitenkin olla tilannesidonnaisiin tavoitteisiin nähden voimakkuudeltaan, kestoltaan tai laadultaan epäsoivia, minkä vuoksi tarvitaan tunteiden säätelyä. Tunteiden säätelyn tarkoituksena on lisätä, ylläpitää tai vähentää kielteisiä ja myönteisiä tunteita ja tätä tapahtuu sekä yksilön omien pyrkimysten että muiden ihmisten vaikutusten myötä (Koole, 2009; Thompson, 2013).

Ihmiset voivat saavuttaa haluamiaan tunteiden säätelyyn liittyviä tavoitteitaan hyödyntämällä useita erilaisia tunteiden säätelyn keinoja, joita ovat esimerkiksi kognitiivinen uudelleen arvioiminen ja tunteiden ilmaisun tukahduttaminen. Yksi keino säädellä tunteita on yrittää muokata tilanteesta luotua tulkintaa, sillä tilanteet itsessään eivät saa aikaan tunteita vaan ihmisten tulkinnat niistä (Gross, 2013). Kognitiivisella uudelleen arvioimisella yksilö tähtää tilanteen emotionaalisen merkityksen muokkaamiseen muuttamalla sitä, mitä tilanteesta ajattelee. Yksilö voi esimerkiksi muokata ajatustaan siitä, kuinka kykenevä on suoriutumaan tilanteen asettamista vaatimuksista. Tunteiden ilmaisun tukahduttaminen puolestaan on tunteiden säätelyn keino, jonka avulla pyritään rajoittamaan tunteen ulospäin näkyvää ilmaisua, kun yksilö kokee jotakin tunnetta (John & Gross, 2004). Tunteiden modaalisen mallin näkökulmasta kognitiivinen uudelleen arvioiminen on varhaisempi tunteiden säätelyn keino kuin tunteiden ilmaisun tukahduttaminen, sillä se kohdistuu tilanteen arvioimiseen ennen kuin emotionaalinen reaktio on täysin syntynyt (Gross, 2001). Tunteiden ilmaisun tukahduttaminen sen sijaan tähtää emotionaalisen reaktion herättämän tunnetilan ja käyttäytymisen muokkaamiseen, jolloin tunnetta pyritään säätämään tapahtumaketjun myöhäisemmässä vaiheessa.

Tunteiden ilmaisun tukahduttaminen on liitetty moniin yksilön kannalta epäsuotuisiin seurauksiin, kuten alhaisempaan elämäntyytyväisyyteen, masennukseen ja vähäisempään toisilta saatuun sosiaaliseen tukeen (Brewer, Zahniser, & Conley, 2016; Gross & John, 2003; Haga, Kraft, & Corby, 2009). Tukahduttaminen rajoittaa tunteen ulospäin näkyvää ilmaisua, mutta se ei välttämättä vähennä kielteisten tunteiden kokemista, mikä voi osaltaan selittää tukahduttamisen kielteisiä vaikutuksia hyvinvointiin (John & Gross, 2004). Lisäksi tunteiden ilmaisun tukahduttamisella voi

olla sosiaalisten suhteiden kannalta haitallisia seurauksia. Tunteiden ilmaisun tukahduttamisen seurauksena yksilö peittää vuorovaikutuksen kannalta tärkeitä sosiaalisia signaaleja, kuten kasvojen ilmeitä ja äänensävyjä (Gross, 2002). Tunteiden tukahduttaminen vaatii myös jatkuvaa oman toiminnan seuraamista, mikä häiritsee keskittymistä kanssakäymiseen muiden kanssa ja vähentää vastaanottavuutta keskustelukumppanin antamille emotionaalisille vihjeille. Kognitiivinen uudelleen arvioiminen tunteiden säätelyn keinona on yhdistetty myönteisempiin seurauksiin, kuten korkeampaan tyytyväisyyteen ihmissuhteissa, vähäisempään koettuun masennukseen ja ahdistuneisuuteen sekä korkeampaan positiiviseen affektiivisuuteen (Brewer, ym. 2016; Gross & John, 2003). Toisin kuin tukahduttaminen, kognitiivinen uudelleen arvioiminen lisää myönteisten ja vähentää kielteisten tunteiden kokemista (Gross & John, 2003).

Tunteiden säätelyn kehitys alkaa varhain lapsuudessa. Ensimmäisen elinvuotensa aikana lapsi on riippuvainen vanhempiensa avustamasta säätelystä, minkä tärkein tavoite on auttaa lasta sietämään ja säätelemään hädän tunnetta sekä virittymisen tilaa (Cole, Michel, & Teti, 1994). Vauvat kommunikoivat ilmeiden, eleiden, itkun ja äänensävyn avulla tunnetilaansa vanhemmalle, joka oikea-aikaisesti ja sopivalla tavalla vastaamalla lapsen tarpeisiin auttaa säätelemään lapsen tunnetilaa. Vauvat voivat hyödyntää myös joitakin varhaisia tunteiden säätelyn keinoja, kuten itsensä rauhoittamista esimerkiksi peukaloa imemällä tai suuntaamalla tarkkaavuuttaan ahdinkoa aiheuttavista ärsykkeistä mielisampiin ärsykkeisiin (Stifter & Braungart, 1995). Vähitellen tunteiden sääteleminen muuttuu vanhempijohtoisesta säätelystä yhteissäätelyksi, ja kasvaessaan lapsi oppii säätelemään tunteitaan yhä itsenäisemmin. Esikoulu- ja kouluikäisen lapsen elämässä tapahtuu merkittäviä muutoksia lapsen sosiaalisessa ympäristössä sen laajentuessa muun muassa opettajiin ja luokkatovereihin (Cole ym., 1994). Tämän myötä lapsi saa uutta tietoa tunteista, niiden säätelystä ja sosiaalisesta hyväksyttävyydestä. Lapsen taitavuus tunteiden säätelyssä osaltaan vaikuttaa myönteisesti lapsen koulumenestykseen sekä sosiaalisiin taitoihin (Blair, Perry, O'Brien, Calkins, Keane, & Shanahan, 2015; Graziano, Reavis, Keane, & Calkins, 2007).

Nuoruutta ikävaiheena kuvaavat muutokset sosiaalisessa ympäristössä, tunne-elämässä sekä kognitiivisissa toiminnoissa. Tunteiden säätelyllä on keskeinen merkitys siinä, kuinka nuori selviää ikävaiheeseen liittyvistä haasteista (Riediger & Klipker, 2013). Monien mielenterveyden häiriöiden puhkeamisen huipun on havaittu olevan nuoruudessa ja vaikeudet tunteiden säätelyssä ovat yksi mielenterveyden häiriöitä nuoruudessa ennustava tekijä (Giedd, Keshavan, & Paus, 2008; McLaughlin, Hatzenbuehler, Mennin, & Nolen-Hoeksema, 2011). Esimerkiksi masennuksen yleisyys nuoruudessa kasvaa huomattavasti verrattuna lapsuuteen, ja korkean tunteiden ilmaisun tukahduttamisen ja alhaisen kognitiivisen uudelleen arvioimisen on havaittu lisäävän riskiä masennusoireille nuoruusiässä (Betts, Gullone, & Sabura Allen, 2009; Kessler, Avenevoli, & Ries

Merikangas, 2001). Tunteiden säätelystä vastaavilla aivoalueilla, kuten limbisessä järjestelmässä ja prefrontaalikorteksilla, tapahtuu rakenteellisia ja toiminnallisia muutoksia koko nuoruuden ajan (Ahmed, Bittencourt-Hewitt, & Sebastian, 2015). Näiden alueiden kypsyminen voidaan havaita myös tunteiden säätelyn keinojen tasolla, sillä esimerkiksi kognitiivisen uudelleen arvioimisen tehokkuus kielteisten tunteiden säätelyssä kasvaa varhaisnuoruudesta myöhäisnuoruuteen (McRae ym., 2012; Silver ym., 2012). Tunteiden onnistuneella säätelyllä on siis olennainen merkitys yksilön hyvinvoinnille, minkä vuoksi sen kehitykseen vaikuttavien tekijöiden ja mekanismien tunteminen on tärkeää.

1.2. Vanhempi-lapsisuhteen laadun vaikutus tunteiden säätelyn kehitykseen

Vanhemmilla tiedetään olevan tärkeä rooli lapsen tunteiden säätelyn kehityksen kannalta. Morrisin ym. (2007) esittelemän mallin mukaan vanhemmat vaikuttavat lapsen tunteiden säätelyn kehitykseen kolmella eri tavalla; lapset oppivat säätelemään tunteitaan havainnoinnin, vanhempien kasvatuskäytäntöjen ja perheen emotionaalisen ilmapiirin kautta. Lapsi voi havainnoida vanhempien tapoja säädellä tunteita ja siten tarkkailun kautta oppia, mitkä tunteet ovat sallittuja ja kuinka hallita niitä. On havaittu, että vanhempien käyttämät tunteiden säätelyn keinot ovat suoraan yhteydessä lasten käyttämiin keinoihin esimerkiksi niin, että vanhemman kognitiivinen uudelleen arvioiminen lisää esikouluikäisen lapsen kognitiivista uudelleen arvioimista ja vanhemman tunteiden tukahduttaminen lisää niin ikään lapsen tunteiden tukahduttamista (Gunzenhauser, Fäsche, Friedlmeier, & Suchodoletz, 2014). Lisäksi vanhemmat voivat tarkoituksellisesti opettaa lapselleen erilaisia keinoja säädellä tunteita. Vanhempi voi kannustaa lasta puhumaan tunteistaan, ohjata lasta miettimään vaihtoehtoisia tapoja arvioida tilannetta tai auttaa suuntamaan huomiota muualle lapsen ollessa kiihtynyt (Thompson, 2013). Perheessä vallitseva emotionaalinen ilmapiiri muodostuu muun muassa vanhemmuuden tyylistä, lapsen ja aikuisen välisestä kiintymyssuhteesta sekä tunteiden ilmaisusta perheessä, ja nämä tekijät ovat osaltaan vaikuttamassa lapsen tunteiden säätelyyn (Morris ym., 2007).

Lapsen tunteiden säätelyn kehityksen kannalta vanhemman ja lapsen välisen suhteen laadulla on olennainen merkitys. Psykologisten perustarpeiden teorian (*basic psychological needs theory*) mukaan ihmisten psykologisten perustarpeiden tyydyttyminen johtaa yksilön optimaaliseen kehitykseen ja parempaan hyvinvointiin (Ryan & Deci, 2017). Näitä tarpeita ovat tarve autonomiaan, läheisyyteen sekä pystyvyyden tunteeseen. Autonomian tarve viittaa yksilön tarpeeseen kokea, että

hän voi vaikuttaa omaan toimintaansa eikä toimi muiden painostuksen ohjaamana. Läheisyyden tarve kuvaa yhteenkuuluvuuden tunnetta muihin ihmisiin eli sitä, kuinka responsiiviseksi ja sensitiiviseksi kokee muut ihmiset ja kuinka kykenevä on itse toimimaan samoin. Läheisyyden tarpeen täyttymistä edistää sekä muiden ihmisten osoittama hoiva että tilaisuudet osoittaa hyvántahtoisuutta ja hoivaa muita kohtaan. Erityisesti vanhemman osoittama lämpimyys ja läheisyys ovat tärkeitä lapsen tunteiden säätelyn kehityksen kannalta. Jaffe, Gallone ja Hughes (2010) tutkivat, kuinka vanhemmuuden laatu lapsen arvioimana oli yhteydessä kouluikäisen lapsen kognitiiviseen uudelleen arvioimiseen ja tunteiden ilmaisun tukahduttamiseen. Vanhemman lämpimyys lasta kohtaan lisäsi lapsen kognitiivisen uudelleen arvioimisen käyttöä, kun taas vanhemman vähäinen lämpimyys oli yhteydessä suurempaan tunteiden ilmaisun tukahduttamiseen. Toisessa tutkimuksessa aikuiset henkilöt arvioivat retrospektiivisesti vanhemmuuden laatua lapsuudessaan ja nuoruudessaan (Tani, Pascuzzi, & Raffagnino, 2018). Äidin lämpimyys ja responsiivisuus olivat yhteydessä vähäisempään tunteiden ilmaisun tukahduttamiseen aikuisena, mutta kognitiiviseen uudelleen arvioimiseen koetulla vanhemmuuden laadulla ei ollut yhteyttä. Vanhempien vihamielisyyden ja hyljeksinnän nuorta kohtaan on havaittu olevan yhteydessä nuoren tunteiden säätelyn vaikeuksiin (Saritaş, Grusec, & Gençöz, 2013).

Myös lapsen autonomian tukeminen edistää suotuisaa tunteiden säätelyä. Lapsen autonomiaa tukevat vanhemmat ovat yleensä tarkkaavaisia lapsen tunteille eivätkä he ole tuomitsevia lapsen kielteisiä tunteita kohtaan, mikä antaa lapselle vapauden tutkia ja ilmaista tunteitaan (Brenning, Soenens, Van Petegem, & Vansteenkiste, 2015). Jos päinvastoin vanhempi ei tue lapsen autonomiaa, saattaa hän vähätellä tai jopa kieltää lapsen kielteiset tunteet. Tämä voi saada lapsen tuntemaan, että tietyt tunteet eivät ole hyväksyttyjä ja ne täytyy tukahduttaa. Onkin havaittu, että lapsen kokemus äidin tarjoamasta autonomian tuesta on yhteydessä vähäisempään tunteiden ilmaisun tukahduttamiseen 9–14-vuoden iässä (Brenning ym., 2015; Jaffe ym., 2010).

Kiintymyssuhdeteoria selittää myös osaltaan sitä, kuinka vanhemman ja lapsen välinen suhde vaikuttaa lapsen tunteiden säätelyn kehitykseen. Kiintymyssuhdeteorian näkökulmasta lapsen turvallisen kiintymyssuhteen muotoutumisen kannalta keskeistä on hoivaajien eli yleensä vanhempien osoittama läheisyys ja autonomian tukeminen (Bowlby, 1982). Lapsen lohduttaminen, rauhoittaminen ja turvan tarjoaminen sekä samaan aikaan itsenäisyyden salliminen ja tukeminen edistävät turvallisen kiintymyssuhteen syntyä. Yksilölliset erot kiintymyssuhteen laadussa vaikuttavat siihen, millaisia tunteiden säätelyn keinoja yksilö ensisijaisesti käyttää säädelläkseen tunnetilojaan aikuisuudessa (Mikulincer & Shaver, 2019). Turvallisesti kiintyneillä lapsilla on toistuvia kokemuksia vuorovaikutuksesta sensitiivisen ja kannustavan vanhemman kanssa, mikä auttaa lasta ilmaisemaan tunteitaan avoimesti (Brumariu, 2015). Turvallisesti kiintyneet aikuiset ovat

keskimäärin luottavaisempia kykyihinsä selvittää haastavista tilanteista, ja he käyttävät tehokkaampia tunteiden säätelyn keinoja, kuten kognitiivista uudelleen arvioimista (Mikulincer & Shaver, 2019). Ristiriitaisesti kiintyneille henkilöille on tyypillistä keskittyä kielteisiin tunteisiin ja jopa liioitella niitä esimerkiksi märehtimällä, minkä tarkoituksena voi olla saada läheisyyttä ja tukea muilta ihmisiltä. Välttelevästi kiintyneille henkilöille on sen sijaan muodostunut kielteinen sisäinen malli muiden ihmisten läsnäolosta ja saatavilla olost, minkä myötä he ovat oppineet olemaan turvautumatta muihin. Välttelevästi kiintyneet hyödyntävät tunteiden säätelyn keinona todennäköisemmin tunteiden tukahduttamista (Brenning, Soenens, Braet, & Bosmans, 2012; Brumariu, 2015). Tukahduttamisen tarkoituksena on rajoittaa erityisesti vihan, pelon, häpeän ja syyllisyyden tunteita, sillä ne herättävät ei-toivottuja haavoittuvuuden kokemuksia ja kiintymyksen tarpeita (Mikulincer & Shaver, 2019).

Äiti-lapsisuhteen laadun ja lapsen tunteiden säätelyn välillä on havaittu olevan yhteyksiä, kun lapset ovat arvioineet suhteen laatua itse lapsuudessa tai retrospektiivisesti aikuisuudessa (Jaffe ym., 2010; Tani ym., 2018). Vielä ei kuitenkaan tiedetä, onko äidin kokemus äiti-lapsisuhteen laadusta yhteydessä lapsen tunteiden säätelyyn. On kuitenkin näyttöä siitä, että äidin psykologisten tarpeiden täyttyminen suhteessa lapseen on yhteydessä äidin vanhemmuuteen. Yhdessä tutkimuksessa äidin kokemus läheisyydestä, autonomiasta ja kompetenssista suhteessa neljän kuukauden ikäiseen lapseen ennusti äidin korkeampaa responsiivisuutta ja autonomian tukemista lasta kohtaan lapsen ollessa kaksivuotias (Brenning & Soenens, 2017). Lisäksi äidin psykologisten tarpeiden täyttyminen suhteessa vauvaikäiseen lapseen on havaittu lisäävän äidin kokemia myönteisiä tunteita ja vähentävän kielteisiä tunteita vuorovaikutuksessa lapsen kanssa (Brenning, Soenens, Mabbe, & Vansteenkiste, 2019). Brenning ja Soenens (2017) esittävät, että vanhemman kokemus lämpimyydestä ja itsevarmuudesta sekä tunne valinnan vapaudesta suhteessa lapseen toimii voimavarana vanhemmalle, mikä välittyy myönteisellä tavalla vanhemman ja lapsen välisen suhteen laatuun. Täten voitaisiin olettaa, että äidin myönteinen kokemus äiti-lapsisuhteen laadusta vaikuttaisi suotuisalla tavalla myös lapsen tunteiden säätelyn kehitykseen.

Tutkimusta on puutteellisesti liitetty äiti-lapsisuhteen laadun pitkäaikaisiin vaikutuksiin lapsen tunteiden säätelyn kannalta. Useimmissa tutkimuksissa äiti-lapsisuhteen laadun ja lapsen tunteiden säätelyn välistä yhteyttä on tarkasteltu poikkileikkaustutkimuksissa tai retrospektiivisissä tutkimuksissa, joissa äiti-lapsisuhteen laatua on arvioitu takautuvasti aikuisena (Jaffe ym., 2010; Tani ym., 2018). Kiintymyssuhteisiin liittyvät tutkimukset antavat viitteitä siitä, että kiintymyssuhteen laadulla on kauaskantoisia vaikutuksia yksilön tapaan säädellä tunteita (Mikulincer & Shaver, 2019). Lisää tietoa äiti-lapsisuhteen laadun pitkäaikaisista vaikutuksista tunteiden säätelyyn tarvitaan, jotta

esimerkiksi interventioita voitaisiin kohdentaa oikea-aikaisesti ikävaiheisiin, jotka ovat merkityksellisiä tunteiden säätelyn kehityksen näkökulmasta.

1.3. Lapsen ominaisuuksien vaikutus tunteiden säätelyyn

Vauvaiästä lähtien lapset eroavat sen suhteen, kuinka he reagoivat ympäristöönsä. Nämä yksilölliset erot emotionaalisissa, motorisissa ja tarkkaavuuteen liittyvissä reaktioissa, muodostavat lapsen temperamentin, jonka perusta on biologinen ja joka luo pohjan persoonallisuuden kehitykselle (Rothbart, 2007). Temperamenttipiirteiden on havaittu olevan yhteydessä lapsen tunteiden säatelemiseen. Jaffe ym. (2010) tutkivat, kuinka lapsen temperamentti oli yhteydessä tunteiden ilmaisun tukahduttamisen ja kognitiivisen uudelleen arvioimisen käyttöön tunteiden säätelyn keinoina 9–12-vuoden iässä. Temperamentin piirteistä lapsen alhaisen myönteisen mielialan, alhaisen lähestymistaipumuksen ja alhaisen joustavuuden havaittiin lisäävän tunteiden ilmaisun tukahduttamista. Taipumus lähestyä uusia asioita ja tilanteita sekä myönteinen mieliala lisäsivät kognitiivista uudelleen arvioimista tunteiden säätelyn keinona. Tulokset viittaavat siis siihen, että yksilöt, joilla on taipumus lähestyä uusia tilanteita niiden välttelemisen sijaan, käyttävät todennäköisemmin aktiivisempaa pidettyä tunteiden säätelyn keinoa. Kyvyttömyys toimia joustavasti tilanteen kannalta sopivalla tavalla taas lisää todennäköisyyttä tunteiden ilmaisun tukahduttamiselle. On myös huomattu, että persoonallisuuden piirteistä avoimuus kokemuksille ja ulospäinsuuntuneisuus ovat yhteydessä korkeampaan kognitiiviseen uudelleen arvioimiseen ja neuroottisuus korkeampaan tunteiden ilmaisun tukahduttamiseen (Gresham & Gullone, 2012). Tämä voi johtua siitä, että korkeasti neuroottisten yksilöiden taipumus kokea tavallista enemmän kielteisiä tunteita voi tuntua heistä ylivoimaiselta. Sen vuoksi neuroottisten henkilöiden tavoitteena voi olla yrittää vaimentaa kielteiset tunteet kokonaan, mikä ilmenee korkeampana tunteiden tukahduttamisena. Sen lisäksi, että temperamentti ja persoonallisuus vaikuttavat suoraan yksilöiden käyttämiin tunteiden säätelyn keinoihin, lapsen temperamentti vuorovaikutuksessa vanhemmilta saadun hoivan kanssa voi vaikuttaa tunteiden säätelyn kehitykseen.

Haavoittuvuus-stressimallin mukaan ympäristön stressitekijät yhdessä yksilön haavoittuvuustekijöiden kanssa lisäävät riskiä erilaisille haitallisille seurauksille, kuten psykopatologialle (Ingram & Luxton, 2005). Haavoittuvuustekijät voivat liittyä muun muassa yksilön biologiaan, persoonallisuuteen tai kognitiivisiin toimintoihin, ja nämä tekijät altistavat yksilön psykopatologialle stressiä tuottavissa ympäristöissä. Erilainen muovautuvuus -mallissa sen sijaan oletetaan, että yksilöt, joihin ympäristön stressitekijät vaikuttavat haitallisimmin, ovat samoja

henkilöitä, jotka hyötyvät eniten ympäristön tuesta ja rikastuttavista ominaisuuksista (Belsky, Bakermans-Kranenburg, & van IJzendoorn, 2007). Belskyn ja Pluessin (2009) tarkoituksena ei ole haastaa näkemystä siitä, että haavoittuvuus–stressi- mallin mukaista ilmiötä ei olisi olemassa, vaan huomioida mahdollisesti samaan aikaan esiintyvää ilmiötä yksilöiden erilaisesta muovautuvuudesta. Mallin mukaan lapsen tietyt ominaisuudet muuntavat ympäristötekijöiden vaikutusta lapsen kehitykseen. Nämä ominaisuudet voivat liittyä geneettisiin tekijöihin tai temperamenttiin ja niitä kutsutaan muovautuvuustekijöiksi. Malli pohjautuu evoluutioteoriaan, jonka mukaan lajien tavoitteena on varmistaa niiden lisääntyminen ja selviytyminen (Belsky, 2005). Tämän tavoitteen näkökulmasta on kannattavaa, että vanhemmat saavat lapsia, joihin ympäristö vaikuttaa eri tavalla. Jos vanhemmuus osoittautuu selviytymisen kannalta haitalliseksi, on hyödyllistä, että vanhemmuus ei vaikuta kaikkiin lapsiin merkittävästi. Toisaalta, jos vanhemmuus osoittautuu selviytymistä edistäväksi, on hyödyllistä, että osa lapsista on muita muovautuvampia. Tällöin nämä lapset hyötyvät erityisen paljon myönteisestä vanhemmuudesta.

Erilainen muovautuvuus -mallia tukevia tutkimustuloksia on saatu sekä geneettisten että temperamenttiin liittyvien tekijöiden osalta. Esimerkiksi Hankinin ym. (2011) tutkivat, kuinka tietty serotoniinin aineenvaihduntaan liittyvä geeni yhdessä vanhemmuuden tyylin kanssa oli yhteydessä nuoren positiiviseen affektiivisuuteen. Tutkimuksen ensimmäinen ryhmä koostui nuorista, jotka kantoivat 5-HTTLPR-geenin lyhyiden alleelien geenimuotoa. Nämä nuoret osoittivat vähiten positiivista affektiivisuutta, jos vanhempien koettiin tarjoavan vähän tukea. Sen sijaan nuoret, jotka kokivat vanhempien olevan tukevia ja myönteisiä, osoittivat kaikkia muita nuoria korkeampaa positiivista affektiivisuutta. Tutkimuksen toinen ryhmä koostui nuorista, joiden 5-HTTLPR-geenin muoto poikkesi ensimmäisen ryhmän geenimuodosta. Nämä nuoret osoittivat suhteellisen johdonmukaista positiivista affektiivisuutta vertailtaessa erilaisia vanhemmuuden tyylejä eli vanhemmuudella ei ollut yhtä suurta vaikutusta näiden nuorten positiiviseen affektiivisuuteen verrattaessa ensimmäisen ryhmän nuoriin.

Aikaisemmissa tutkimuksissa on havaittu, että myös lapsen haastava temperamentti voisi olla ominaisuus, joka muovaa ympäristön vaikutusta lapsen kehitykseen (Bradley & Corwyn, 2008; Hartman & Belsky, 2016). Chess ja Thomas (1977) ovat määritelleet lapsen haastavuuden temperamentin tyyliksi, jota kuvaa biologisten toimintojen epäsäännöllisyys, uusiin asioihin suhtautuminen varautuneesti, kielteisten tunneilmaisujen yleisyys ja voimakkuus sekä hidas sopeutuminen. On esitetty, että haastava temperamentti saattaa heijastaa erityisen herkkää hermojärjestelmää, johon erilaiset kokemukset rekisteröityvät voimakkaasti (Belsky, 2005). Bradley ja Corwyn (2008) tutkivat äidin sensitiivisen vanhemmuuden vaikutusta lapsen käytösongelmiin koulun ensimmäisellä luokalla ja sitä, kuinka lapsen temperamentti vaikutti tähän yhteyteen. Lapsilla,

jotka oli luokiteltu haastavan temperamentin omaaviksi vauvaiässä, oli eniten käytösongelmia, jos äidin sensitiivisyys oli vähäistä. Haastavan temperamentin omaavilla lapsilla, joiden äidit olivat sensitiivisiä, oli kaikkein vähiten käytösongelmia. Helpoiksi temperamentiltaan luokiteltujen lasten osalta vanhemmuuteen liittyvät tekijät eivät olleet yhteydessä käytösongelmien määrään.

Erilainen muovautuvuus -mallia ei ole juurikaan tutkittu tunteiden säätelyn näkökulmasta. Borelli ym. (2017) ovat kuitenkin tutkineet, kuinka hypotalamus-aivolisäke-lisämunuaisakselin toimintaan vaikuttava FKBP5-geeni ja kouluikäisen lapsen kiintymyssuhteen laatu suhteessa äitiin oli yhteydessä lapsen tunteiden säätelyyn. FKBP5-geenin tietyn muodon oletettiin tutkimuksessa olevan muovautuvuustekijä, ja tutkijat havaitsivatkin, että tämä geenimuoto yhdistettynä turvattomaan kiintymyssuhteeseen oli yhteydessä lapsen korkeampaan tunteiden ilmaisun tukahduttamiseen. Turvallinen kiintymyssuhde yhdessä kyseisen geenimuodon kanssa taas oli yhteydessä vähäisempään tunteiden ilmaisun tukahduttamiseen, kun verrattiin heitä lapsiin, joiden FKBP5-geenin muoto oli erilainen ja joiden kiintymyssuhteen laatu oli myös turvallinen. Tutkimuksessa siis osoitettiin FKBP5-geenin tietyn geenimuodon olevan muovautuvuustekijä, joka asetti tietyt lapset alttiiksi kiintymyssuhteen suuremmille, sekä myönteisille että kielteisille, vaikutuksille sen mukaan oliko kiintymyssuhde turvallinen vai turvaton.

Koska tunteiden säätely vaikuttaa monin eri tavoin lapsen kehitykseen, on tärkeää saada tietoa siitä, minkälaiset lapseen ja ympäristöön liittyvät ominaisuudet edistävät tai ovat haitallisia tunteiden säätelyn kehityksen kannalta. Lisäksi tarvitaan tietoa siitä, kuinka lapsen temperamentti mahdollisesti muovaa vanhempi-lapsisuhteen laadun yhteyksiä lapsen tunteiden säätelyyn. Jos lapsen temperamentin huomataan olevan muovautuvuustekijä, voidaan tätä tietoa hyödyntää tunnistamalla lapset, joihin vanhempi-lapsisuhteen laatu vaikuttaa erityisen paljon. Tällöin esimerkiksi interventioita voitaisiin kohdistaa vanhemman ja lapsen välisen suhteen laadun kohentamiseen, minkä myönteiset vaikutukset siirtyisivät todennäköisesti myös muun muassa lapsen tunteiden säätelyyn.

1.4. Tutkimuskysymykset ja hypoteesit

Tämän tutkimuksen tavoitteena on tarkastella, miten äiti-lapsisuhteen laatu keskilapsuudessa ennustaa tunteiden säätelyn keinoja myöhäisnuoruudessa, ja kuinka lapsen haastava temperamentti muovaa tätä yhteyttä. Aikaisemmissa tutkimuksissa kognitiivinen uudelleen arvioiminen tunteiden säätelyn keinona on yhdistetty yksilön kannalta suotuisampiin seurauksiin, joten tässä tutkimuksessa

sitä pidetään suotuisana tunteiden säätelyn keinona. Tunteiden ilmaisun tukahduttamisella taas on havaittu olevan kielteisiä vaikutuksia yksilön hyvinvointiin. Niinpä tässä tutkimuksessa tunteiden ilmaisun tukahduttaminen luokitellaan epäsuotuisammaksi tunteiden säätelyn keinoksi. Äiti-lapsisuhteen laatua tarkastellaan tässä tutkimuksessa äitien raportoimana siten, että äidit arvioivat, kuinka paljon suhteeseen sisältyy läheisyyttä ja autonomiaa. Lisäksi tässä tutkimuksessa ympäristötekijöiden ajatellaan vaikuttavan lapseen eri tavoin erilainen muovautuvuus- mallin mukaisesti (Belsky ym., 2007). Aikaisemmissa tutkimuksissa lapsen haastavan temperamentin on havaittu olevan yksi muovautuvuustekijä, joten tässä tutkimuksessa ollaan kiinnostuneita selvittämään sen mahdollista muovaavaa vaikutusta äiti-lapsisuhteen ja tunteiden säätelyn välillä.

Ensimmäinen tutkimuskysymys on, ennustaako äiti-lapsisuhteen laatu keskilapsuudessa lapsen tunteiden säätelyn keinoja myöhäisnuoruudessa. Hypoteesina on, että korkea äiti-lapsisuhteen laatu on yhteydessä korkeaan kognitiiviseen uudelleen arvioimiseen ja vähäiseen tunteiden ilmaisun tukahduttamiseen nuoruusiässä. Vastaavasti oletetaan, että alhainen äiti-lapsisuhteen laatu on yhteydessä nuoren korkeaan tunteiden ilmaisun tukahduttamiseen ja vähäiseen kognitiiviseen uudelleen arvioimiseen.

Toinen tutkimuskysymys on, muovaako lapsen haastavuus äiti-lapsisuhteen laadun yhteyttä tunteiden säätelyn keinoihin myöhäisnuoruudessa. Hypoteesina on, että lapsen korkea haastavuus 12 kuukauden iässä voimistaa äiti-lapsisuhteen laadun vaikutuksia tunteiden säätelyyn. Toisin sanoen alhaisen äiti-lapsisuhteen laadun oletetaan ennustavan sitä korkeampaa tunteiden ilmaisun tukahduttamista ja vähäisempää kognitiivista uudelleen arvioimista, mitä haastavammaksi lapsi on arvioitu 12 kuukauden iässä. Vastaavasti oletetaan, että korkea äiti-lapsisuhteen laatu ennustaa sitä korkeampaa kognitiivista uudelleen arvioimista ja vähäisempää tunteiden ilmaisun tukahduttamista, mitä haastavammaksi lapsi on arvioitu 12 kuukauden iässä.

2. MENETELMÄT

2.1. Tutkittavat ja tutkimuksen kulku

Tutkimus on osa pitkittäistutkimusta (Kehityksen ihmeet), jossa on seurattu perheitä raskausajasta lasten nuoruusikään asti. Aineistonkeruu on aloitettu vuonna 1999, kun raskaus on ollut toisella kolmanneksella. Tässä tutkimuksessa keskitytään tutkimusajankohtiin, jolloin lapsi on ollut 12 kuukauden (T1), 7–8-vuoden (T2) ja 17–19-vuoden ikäinen (T3).

Tutkimuksen aineisto koostui 247 nuoresta ja heidän äideistään. Tutkimukseen osallistuneiden nuorten ja heidän äitiensä taustatiedot on esitetty taulukossa 1. Nuorista hieman yli puolet oli naisia (58.40 %). Äitien koulutustasoa kysyttiin äideiltä raskausaikana, jolloin 35.4 % oli suorittanut korkeakoulutuksen, 43.4 % opistotasoisesta koulutuksesta ja 12.6 % ammattikoulutuksen. Äideistä suurin osa oli avo- tai avioliitossa, kun lapsi on ollut 7–8-vuoden ikäinen. Tutkimukseen osallistuneista nuorista useimmat asuivat joko molempien tai jommankumman vanhemman luona. Nuorista 75.60 % opiskeli lukiossa ja 14.10 % ammattikoulussa.

Tutkimuksen pitkittäistutkimusasetelman vuoksi oltiin kiinnostuneita siitä, poikkesivatko viimeiseen tutkimusajankohtaan osallistuneet keskeisten muuttujien suhteen niistä, jotka jättäytyivät pois tutkimuksesta. Tästä johtuen tehtiin katoanalyysi. Äidin koulutustasolla ($\chi^2(4) = 2.95, p = .567$) eikä äiti-lapsisuhteen laadulla ($t(645) = 0.44, p = .659$) ollut yhteyttä tutkimuksesta poisjättäytymiseen. Tytöistä suurempi osa osallistui viimeiseen tutkimusvaiheeseen, kun sukupuolten osuuksia verrattiin tutkimusajankohtaan, jolloin lapset olivat kouluiässä ($\chi^2(1) = 324.00, p < .001$).

TAULUKKO 1. Tutkimukseen osallistuneiden taustatiedot

	<i>N</i>	%
Sukupuoli		
Mies	175	40.00
Nainen	256	58.40
Äidin koulutus (Raskausaikana)		
Korkeakoulutus	115	35.40
Opistotasoinen koulutus	141	43.40
Ammattikoulutus	41	12.60
Muu	28	8.70
Äidin siviilisääty (T2)		
Avo/avioliitossa	294	88.80
Eronnut, yksinhuoltaja tai muu	37	11.20
Nuoren asumismuoto (T3)		
Molempien vanhempien luona	297	67.70
Toisen vanhemman luona tai vuorottain	121	27.60
Yksin tai muu	21	4.80
Nuoren päätoimi (T3)		
Lukiossa	332	75.60
Ammattikoulussa	62	14.10
Töissä	16	3.60
Työtön tai muu	29	6.60

(T2): lapsi 7–8-vuotias, (T3): lapsi 17–19-vuotias

2.2. Menetelmät ja muuttujat

Äiti-lapsisuhteen laatu. Äidin ja lapsen välistä suhdetta mitattiin Subjective Family Image Test kyselyllä (SFIT; Mattejat & Scholz, 1994) äidin arvioimana lapsen ollessa 7–8-vuotias (T2). Äiti arvioi kokemaansa autonomiaa ja läheisyyttä suhteessa lapseensa. Mittari sisältää kahdeksan adjektiiviparia, joista neljä kuvaa läheisyyden eri ulottuvuuksia (esimerkiksi rakastava-torjuva, ymmärtäväinen-suvaitsematon) ja neljä autonomian eri ulottuvuuksia (esimerkiksi itsenäinen-epäitsenäinen, päättäväinen-päättämätön). Väittämiä arvioitiin 7-portaisella asteikolla, jonka

vaihteluväli oli -3 ja 3 välillä. Autonomian ja läheisyyden ulottuvuuksista muodostettiin yhteinen summamuuttuja mittaamaan äiti-lapsisuhteen laatua ($\alpha = .71$).

Tunteiden säätelyn keinot. Nuoren käyttämiä tunteiden säätelyn keinoja mitattiin Emotion Regulation Questionnaire kyselyllä (ERQ; Gross & John, 2003) nuoren ollessa 17–19-vuotias (T3). Kysely sisältää 10 väittämää, joista kuusi mittaa kognitiivisen uudelleen arvioimisen käyttöä tunteiden säätelyn keinona ja neljä väittämää mittaa tunteiden tukahduttamista. Kognitiivista uudelleen arvioimista mittaavia väittämiä olivat esimerkiksi ”Kun haluan tuntea enemmän myönteisiä tunteita (kuten iloa tai hilpeyttä), muutan sitä, mitä ajattelen” ja ”Kun kohtaan stressaavan tilanteen, alan ajatella sitä tavalla, joka auttaa minua pysymään rauhallisena”. Tunteiden tukahduttamista kuvaavia väittämiä olivat esimerkiksi ”Pidän tunteeni omana tietonani” ja ”Kun tunnen kielteisiä tunteita, varmistan etten ilmaise niitä”. Väittämiin vastattiin 7-portaisella Likert-asteikolla (1=täysin eri mieltä, 7=täysin samaa mieltä). Kognitiivista uudelleen arvioimista ja tunteiden tukahduttamista mittaavista väittämistä muodostettiin keskiarvomuuttujat (uudelleen arvioiminen $\alpha=.84$; tukahduttaminen $\alpha=.77$).

Lapsen haastavuus. Lapsen haastavuutta tutkittiin tarkastelemalla Parenting Stress Index kyselyn (PSI; Abidin, 1995) lapseen haastavuuteen liittyvää osiota. Lapsen haastavuutta mittaavia väittämiä oli 12, joiden sopivuutta arvioitiin 5-portaisella asteikolla (1=täysin samaa mieltä, 5=täysin eri mieltä). Lapsen haastavuuteen liittyviä väittämiä olivat muun muassa ”Lapseni itkee tai hermostuu herkemmin kuin muut lapset” ja ”Lapseni on osoittautunut hankalammaksi kuin oletin”. Molemmat vanhemmat vastasivat väittämiin erikseen lapsen ollessa vuoden ikäinen (T1), ja vanhempien arvioista muodostettiin keskiarvomuuttuja ($\alpha = .87$) arvion objektiivisuuden lisäämiseksi.

Taustamuuttujat. Taustamuuttujina tarkasteltiin nuorten sukupuolta, ikää sekä äidin koulutustasoa. Aiemmissa tutkimuksissa on havaittu, että miehet käyttävät tunteiden ilmaisun tukahduttamista tunteiden säätelyn keinona enemmän kuin naiset (Haga ym., 2009; Rogier, Garofalo, & Velotti, 2019). Kognitiivisen uudelleen arvioimisen osalta joissakin tutkimuksissa naisten on todettu käyttävän kognitiivista uudelleen arvioimista tunteiden säätelyssä enemmän kuin miehet, kun taas joissakin tutkimuksissa sukupuolten välillä ei ole havaittu eroja (Gross & John, 2003; Haga ym., 2009; Rogier ym., 2019).

2.3. Aineiston analysointi

Tutkimuksen tilastolliset analyysit suoritettiin IBM SPSS Statistics 25 -ohjelmalla. Aluksi tarkasteltiin muuttujien jakaumia sekä muuttujien välisiä korrelaatioita. Tarkasteltaessa muuttujien

jakaumia graafisesti, havaittiin yksi äiti-lapsisuhde-muuttujan suhteen muista erityisen paljon poikkeava havainto, joka päätettiin jättää pois analyysistä. Selitettävien muuttujien eli tunteiden säätelyn keinojen normaalijakautuneisuutta tutkittiin Kolmogorov-Smirnov ja Shapiro-Wilk testeillä. Kumpikaan muuttujista ei ollut testien mukaan normaalisti jakautunut, mutta histogrammeja tarkasteltaessa jakaumien todettiin noudattavan normaalijakaumaa riittävän hyvin. Äiti-lapsisuhteen laatu korreloi lapsen haastavuuden kanssa, mutta alustavissa regressioanalyysissä multikollinearisuudesta kertovien toleranssien arvojen havaittiin olevan hyviä.

Äiti-lapsisuhteen laadun yhteyttä tunteiden säätelyn keinoihin tutkittiin lineaarisella hierarkkisella regressioanalyysillä. Analyyseja tehtiin kaksi, joista ensimmäisellä selitettävänä muuttujana oli tunteiden ilmaisun tukahduttaminen ja toisella kognitiivinen uudelleen arvioiminen. Näiden analyysien ensimmäisellä askeleella kontrolloitiin taustamuuttujat, joita olivat nuoren ikä ja sukupuoli sekä äidin koulutustaso. Toisella askeleella malliin lisättiin selittävä muuttuja eli äiti-lapsisuhde.

Lapsen haastavuuden moderaatio-vaikutusta äiti-lapsisuhteen ja tunteiden säätelyn keinojen välillä tutkittiin lisäämällä regressioanalyysien kolmannella askeleella lapsen haastavuutta kuvaava muuttuja ja neljännellä askeleella interaktiotermin. Interaktiotermin muodostettiin standardoimalla ensin äiti-lapsisuhteen laatua sekä lapsen haastavuutta kuvaavat muuttujat, minkä jälkeen ne kerrottiin keskenään.

3. TULOKSET

3.1. Kuvailevat tulokset

Taulukosta 2 nähdään tunteiden säätelyn keinojen, äiti-lapsisuhteen laadun ja lapsen haastavuuden keskiarvot, keskihajonnat ja pistemäärien vaihteluvälit. Nuoret raportoivat käyttävänsä kognitiivista uudelleen arvioimista tunteiden säätelyn keinona enemmän kuin tunteiden ilmaisun tukahduttamista.

Muuttujien välisiä yhteyksiä tutkittiin Spearmanin korrelaatiokertoimien avulla. Tunteiden säätelyn keinojen ja äiti-lapsisuhteen välillä ei ollut yhteyksiä. Äiti-lapsisuhteen laatu korreloi äidin koulutustason kanssa ($r = .09, p < .05$) sekä lapsen haastavuuden kanssa ($r = .15, p < .001$) siten, että lapsen haastavuus oli yhteydessä alhaisempaan äiti-lapsisuhteen laatuun. Tunteiden ilmaisun tukahduttaminen oli yhteydessä sukupuoleen ($r = -.26, p < .001$) niin, että miehet käyttivät tukahduttamista tunteiden säätelyn keinona enemmän kuin naiset.

TAULUKKO 2. Muuttujien tunnusluvut

	<i>ka</i>	<i>kh</i>	vaihteluväli
Tunteiden säätelyn keinot (T3)			
Uudelleenarviointi	4.32	1.16	1.00–7.00
Tukahduttaminen	3.41	1.28	1.00–6.75
Äiti-lapsisuhteen laatu (T2)	2.42	0.51	-0.67–3.00
Lapsen haastavuus (T1)	4.35	0.39	2.50–5.00

(T1): lapsi 12 kk, (T2): lapsi 7–8-vuotias, (T3): lapsi 17–19-vuotias

3.2. Äiti-lapsisuhteen laatu nuoren tunteiden säätelyn keinojen ennustajana

Äiti-lapsisuhteen laadun yhteyttä nuoren tunteiden säätelyn keinoihin tarkasteltiin hierarkkisella regressioanalyysillä, jonka tulokset on esitetty taulukossa 3. Ensimmäisellä askeleella malliin lisättiin kontrolloitavat taustamuuttujat. Kun selitettävänä tekijänä oli tunteiden ilmaisun tukahduttaminen, taustamuuttujista sukupuoli oli merkitsevä selittäjä ($\beta = -.25, p < .001$). Kun selitettävänä tekijänä oli kognitiivinen uudelleen arvioiminen, taustamuuttujat eivät olleet merkitseviä.

Toisella askeleella malliin lisättiin äiti-lapsisuhteen laatu. Hypoteesin vastaisesti äiti-lapsisuhteen laatu ei ennustanut tunteiden ilmaisun tukahduttamista myöhäisnuoruudessa ($\beta = -.05, p = .421$). Taustamuuttujat ja äiti-lapsisuhteen laatu selittivät 8.5 % tunteiden ilmaisun tukahduttamisen vaihtelusta ($F(4, 242) = 5.60, p < .001$). Hypoteesin vastaisesti äiti-lapsisuhteen laatu ei myöskään ennustanut kognitiivista uudelleen arvioimista ($\beta = .08, p = .240$). Äiti-lapsisuhteen laatu ja taustamuuttujat yhdessä selittivät vain 1.1 % kognitiivisen uudelleen arvioimisen vaihtelusta ($F(4, 242) = 0.66, p = .619$).

3.3. Lapsen haastavuus muovaavana tekijänä äiti-lapsisuhteen ja nuoren tunteiden säätelyn keinojen välillä

Kolmannella askeleella malliin lisättiin lapsen haastavuus. Lapsen haastavuus ei ollut merkitsevä selittäjä tunteiden ilmaisun tukahduttamisen ($\beta = .05, p = .401$) eikä kognitiivisen uudelleen arvioimisen malleissa ($\beta = .11, p = .110$).

Neljännellä askeleella malleihin lisättiin interaktiotermi, jonka avulla tutkittiin lapsen haastavuuden muovaavaa vaikutusta äiti-lapsisuhteen laadun ja nuoren tunteiden säätelyn keinojen välillä. Interaktiotermi ei ennustanut tunteiden ilmaisun tukahduttamista ($\beta = -.01, p = .933$) eikä kognitiivista uudelleen arvioimista ($\beta = -.08, p = .237$). Kun selitettävänä tekijänä oli tunteiden ilmaisun tukahduttaminen, kaikki mallin muuttujat yhdessä selittivät 8.7 % tunteiden ilmaisun tukahduttamisen vaihtelusta ($F(6, 240) = 3.83, p < .01$). Kun selitettävänä tekijänä oli kognitiivinen uudelleen arvioiminen, kaikki mallin muuttujat selittivät 2.7 % kognitiivisen uudelleen arvioimisen vaihtelusta ($F(6, 240) = 1.11, p = .357$). Hypoteesin vastaisesti lapsen haastavuus ei siis muovannut yhteyttä äiti-lapsisuhteen ja nuoren tunteiden säätelyn keinojen välillä.

TAULUKKO 3. Äiti-lapsisuhteen laatu ja lapsen haastavuus tunteiden säätelyn keinojen ennustajina ($n = 247$)

Muuttujat	Tukahduttaminen			Uudelleen arvioiminen		
	β	R^2	ΔR^2	β	R^2	ΔR^2
Askel 1: Taustamuuttujat		.08***	.08***		.01	.01
1. Äidin koulutustaso	.10			-.06		
2. Nuoren sukupuoli	-.25***			-.04		
3. Nuoren ikä	.07			-.01		
Askel 2: Äiti-lapsisuhteen laatu		.09	.00		.01	.00
4. Äiti-lapsisuhde (T2)	-.05			.08		
Askel 3: Moderaattori		.09	.00		.02	.01
5. Lapsen haastavuus (T1)	.05			.11		
Askel 4: Interaktio		.09	.00		.03	.01
6. Haastavuus (T1) \times Äiti-lapsisuhde (T2)	-.01			-.08		

*** $p < .001$

4. POHDINTA

Tutkimuksen ensimmäinen tutkimuskysymys oli, ennustaako äidin ja lapsen välisen suhteen laatu lapsen käyttämiä tunteiden säätelyn keinoja nuoruusiässä. Aikaisemmissa tutkimuksissa on havaittu, että äiti-lapsisuhde, jota luonnehtii äidin lämpimyys lasta kohtaan ja lapsen autonomian tukeminen, on yhteydessä lapsen suotuisampaan tunteiden säätelyyn (Brenning ym., 2015; Jaffe ym., 2010). Vastoin hypoteeseja äiti-lapsisuhteen laatu ei kuitenkaan ennustanut tässä tutkimuksessa nuoren tunteiden ilmaisun tukahduttamista eikä kognitiivista uudelleen arvioimista. Toisena tutkimuskysymyksenä oli, muovaako lapsen haastavuus äiti-lapsisuhteen laadun ja tunteiden säätelyn keinojen välistä yhteyttä erilainen muovautuvuus -mallin mukaisesti. Erilainen muovautuvuus mallin mukaan tietyt lapset ovat ominaisuuksiensa vuoksi muita alttiimpia sekä ympäristön kielteisille että myönteisille vaikutuksille (Belsy & Pluess, 2009). Aikaisemmissa tutkimuksissa on saatu viitteitä siitä, että lapsen haastava temperamentti voisi olla tällainen ominaisuus (Bradley & Corwyn, 2008; Hartman & Belsky, 2016). Hypoteesin vastaisesti lapsen haastavuus ei tässä tutkimuksessa kuitenkaan osoittautunut muovaavaksi tekijäksi äiti-lapsisuhteen laadun ja nuoren käyttämien tunteiden säätelyn keinojen välillä.

4.1. Äiti-lapsisuhteen laadun yhteys nuoren tunteiden säätelyn keinoihin

Tutkimuksen yhtenä tavoitteena oli tutkia, kuinka äiti-lapsisuhteen laatu vaikuttaa pitkällä aikavälillä lapsen tunteiden säätelyyn. Vastoin hypoteeseja, äiti-lapsisuhteen laatu keskilapsuudessa ei ennustanut lapsen tunteiden ilmaisun tukahduttamista eikä kognitiivista uudelleen arvioimista myöhäisnuoruudessa. Seuranta-aika oli pitkä, sillä äiti-lapsisuhteen laatua mitattiin lapsen ollessa 7–8-vuotias ja lapsen tunteiden säätelyä 17–19-vuoden iässä. Useissa aikaisemmissa tutkimuksissa äiti-lapsisuhteen laadun ja lapsen tunteiden säätelyn välistä yhteyttä on tarkasteltu poikkileikkaustutkimuksissa tai retrospektiivisissä tutkimuksissa, joissa äiti-lapsisuhteen laatua on arvioitu jälkikäteen aikuisiässä (Jaffe ym., 2010; Tani ym., 2018). Poikkileikkaustutkimusten perusteella ei kuitenkaan voida tehdä päätelmiä syy-seuraussuhteista ja retrospektiivisissä tutkimuksissa ongelmaksi voi tulla esimerkiksi muistikuvien vääristyminen, jolloin äiti-lapsisuhteen arvioiminen takautuvasti voi olla epäluotettavampaa.

Tässä tutkimuksessa äiti-lapsisuhteen laadulla ei ollut kauaskantoisia vaikutuksia lapsen tunteiden säätelyyn, mitä voi selittää monet tekijät. Äiti-lapsisuhteen laatu on ollut yhteydessä kouluikäisen lapsen käyttämiin tunteiden säätelyn keinoihin poikkileikkaustutkimuksissa sekä hyvin lyhyen seuranta-ajan sisältävissä pitkittäistutkimuksissa (Brenning ym., 2015; Jaffe ym., 2010). Aikaisempien tutkimustulosten tarkastelu yhdessä tämän tutkimuksen tulosten kanssa antaa viitteitä siitä, että lapsen tunteiden säätelyä selittääkin ehkä parhaiten sen hetkinen äiti-lapsisuhteen laatu. Tässä tutkimuksessa ei kuitenkaan tutkittu sitä, oliko äiti-lapsisuhteen laatu nuoruudessa yhteydessä nuorten tunteiden säätelyyn. Nuorten tunteiden säätelyn kannalta voi olla merkityksellisempää se, kuinka autonomian ja läheisyyden tarpeet tulevat täytetyiksi suhteessa vanhempiin tämän kehitysvaiheen näkökulmasta sopivalla tavalla. Nuoruuteen ikävaiheena kuuluu lisääntyvä autonomian tarve, ja on havaittu, että nuorilla, joilla on vaikeuksia luoda autonominen suhde vanhempiinsa, esiintyy todennäköisemmin masennusoireita (Allen, Hauser, Eickholt, Bell, & O'Connor, 1994). Vaikeus ylläpitää läheisyyttä suhteessa vanhempiin sen sijaan lisää todennäköisyyttä ulospäin suuntautuvalla oireilulla. Tunteiden säätelyn näkökulmasta on tärkeää, että vanhempi tukee nuoren autonomiaa siten, että hän ei vähättele tai tuomitse nuoren tunteita (Brenning ym., 2015). Tämä antaa nuorelle vapauden tutkia ja ilmaista tunteitaan, jolloin tarve tunteiden tukahduttamiselle vähenee. Korkean tunteiden ilmaisun tukahduttamisen taas on havaittu olevan yhteydessä nuorten masennusoireiluun (Betts ym., 2009).

Tässä tutkimuksessa äidit arvioivat kokemaansa läheisyyttä ja autonomiaa suhteessa lapseensa, ja nämä kokemukset olivat aineistossa keskimäärin hyvin myönteisiä. Tämä voi osaltaan selittää sitä, miksi äiti-lapsisuhteen laatu ei ennustanut nuorten tunteiden ilmaisun tukahduttamista. On hyvin mahdollista, että äidin ja lapsen välisen suhteen täytyy olla laadultaan selvästi heikentynyt, jotta sen pitkäaikaiset kielteiset vaikutukset lapsen tunteiden säätelyyn tulevat kunnolla esiin. Esimerkiksi lapsen kaltoinkohtelun ja äidin masennuksen yhteyttä lapsen tunteiden säätelyyn on tutkittu jonkin verran ja niiden on havaittu lisäävän riskiä lapsen ongelmalliselle tunteiden säätelylle (Morris ym. 2007). Molemmat vaikuttavat vahingollisella tavalla äidin ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen ja sen myötä lapsen tunteiden säätelyyn. Toisaalta tässä tutkimuksessa äiti-lapsisuhteen laatua arvioi äiti, kun useimmissa aikaisemmissa tutkimuksissa suhteen laatua on arvioinut lapsi itse lapsuudessa tai takautuvasti aikuisuudessa (Jaffe ym., 2010; Tani ym., 2018). Jatkotutkimuksissa olisi tärkeää huomioida sekä lapsen että äidin kokemus suhteen laadusta.

On havaittu, että tietyt suhteellisen pysyvät ominaisuudet, kuten persoonallisuus ja kiintymyssuhteen laatu, vaikuttavat ihmisten tapoihin säädellä tunteitaan (Gresham & Gullone, 2012; Mikulincer & Shaver, 2019). Toisaalta tunteiden säätelyminen on ennen kaikkea tilannekohtaista toimintaa, mihin vaikuttavat yksilön sen hetkiset tavoitteet ja tilanteiden asettamat vaatimukset. Gratz

ja Roemer (2004) ovatkin kritisoineet tapaa rajata tutkimus kohdistumaan vain tiettyihin tunteiden säätelyn keinoihin, kun tavoitteena on tutkia tunteiden säätelyä. Tunteiden säätely tapahtuu aina jossakin tietyssä kontekstissa, minkä vuoksi tunteiden säätelyn keinoja ei voida yksinkertaisesti luokitella suotuisiksi tai epäsuotuisiksi ilman että tilannetta otetaan huomioon. Toimivaa tunteiden säätelyä luonnehtiikin ennen kaikkea joustavuus tunteiden säätelyn keinojen käytössä. Jatkotutkimuksissa olisikin hyödyllistä tarkastella tunteiden säätelyn keinojen ohella myös sitä, kuinka joustavia yksilöt ovat tunteiden säätelyssä ja sitä, kuinka äiti-lapsisuhteen laatu vaikuttaa tähän.

4.2. Lapsen haastavuus muovaavana tekijänä

Toinen tutkimuskysymys oli, muovaako lapsen haastavuus äiti-lapsisuhteen yhteyttä nuoren tunteiden säätelyn keinoihin. Hypoteesina oli, että lapsen haastavuus yhdistettynä korkeampaan äiti-lapsisuhteen laatuun ennustaa nuoren korkeaa kognitiivista uudelleen arvioimista erilainen muovautuvuus -mallin mukaisesti. Lapsen haastavuuden ja alhaisemman äiti-lapsisuhteen laadun puolestaan oletettiin ennustavan nuoren korkeaa tunteiden ilmaisun tukahduttamista. Tutkimuksen tulokset eivät antaneet tukea oletuksille. Yksi tutkimuksen tuloksia selittävä tekijä voi liittyä lapsen temperamentin ja vanhemmuuden välisiin vastavuoroisiin yhteyksiin. Lapsen haastavan temperamentin on havaittu herättävän vanhemmissa kielteisempää vanhemmuutta (Kiff, Lengua, & Zalewski, 2011). Kielteisen vanhemmuuden taas on huomattu lisäävän lapsen haastavuutta, mikä voi ilmetä lapsen ärtyneisyytenä ja turhautumisena. Tässäkin tutkimuksessa lapsen haastavuus 12 kuukauden iässä oli yhteydessä alhaisempaan äiti-lapsisuhteen laatuun kouluikässä. Belsky ym. (2007) mukaan erilainen muovautuvuus -mallia hyödyntävissä tutkimuksissa on tärkeää, että ympäristötekijä ja muovaava tekijä eivät korreloi keskenään, sillä muuten tulokset kertovat joko lapsen haastavuuden vaikutuksesta vanhempaan tai vanhemman vaikutuksesta lapseen eikä siitä, että ympäristö vaikuttaisi haastaviin lapsiin erityisen paljon.

Vaikka haastavan temperamentin omaavat lapset hyötyvät muun muassa vanhemman sensitiivisyydestä, monissa aiemmissa tutkimuksissa heidän ei ole havaittu hyötyvän tavallista enemmän myönteisestä vanhemmuudesta niin kuin erilainen muovautuvuus -malli olettaa (Kiff ym., 2011). Huolimatta siitä, että erilainen muovautuvuus -malli on saanut jonkin verran tutkimustukea, monet tutkimukset ovat osoittaneet lapsen haastavan temperamentin olevan enemmän haavoittuvuus-stressi-mallin mukainen riskitekijä lapsen kehityksen kannalta (Kiff ym., 2011).

Haastavaa temperamenttia luonnehtii muun muassa kielteisten tunteiden yleisyys ja voimakkuus (Chess & Thomas, 1977). Emotionaalisesti herkästi reagoivien lasten onkin tärkeää saavuttaa vahvat tunteiden säätelyn taidot, jotta he kykenevät hallitsemaan emotionaalista virittyneisyyttään (Morris ym. 2007). Haastavan temperamentin omaava lapsi voi vaatia suurempaa tukea vanhemmiltaan, mutta ei välttämättä hyödy tunteiden säätelyn kannalta muita lapsia enemmän myönteisestä vanhempi-lapsisuhteesta. Sen sijaan lapsen haastava temperamentti yhdistettynä heikompaan vanhempi-lapsisuhteen laatuun saattaisi tuottaa erityisen paljon tunteiden säätelyn ongelmia. Toisaalta tässä tutkimuksessa äiti-lapsisuhteen alhaisempi laatu yhdessä lapsen haastavuuden kanssa ei osoittautunut olevan yhteydessä lapsen tunteiden säätelyyn edes kielteisellä tavalla. Se, että äiti-lapsisuhteen laatu ei tässä tutkimuksessa ylipäättään ennustanut tunteiden säätelyn keinoja käyttöä, voi myös selittää sitä, miksi monimutkaisempiakaan yhteyksiä ei löydetty. Äiti-lapsisuhteen laadussa täytyy todennäköisesti esiintyä enemmän vaihtelua, jotta erilainen muovautuvuus –mallin mukaista ilmiötä voitaisiin tutkia.

Temperamenttia muovautuvuustekijänä tunteiden säätelyn kehityksen näkökulmasta ei ole aiemmin tiettävästi tutkittu. Sen sijaan geneettisten tekijöiden osalta on saatu näyttöä siitä, että ne toimivat mahdollisina muovautuvuustekijöinä vanhempi-lapsisuhteen laadun ja lapsen tunteiden säätelyn sekä positiivisen affektiivisuuden välillä (Borelli ym., 2017; Hankin ym., 2011). Voi siis olla, että erilainen muovautuvuus -mallin mukaista ilmiötä esiintyy vain tiettyjen ympäristötekijöiden, muovautuvuustekijöiden ja kehityksellisten seurausten välillä. Haastava temperamentti ei välttämättä toimi muovautuvuustekijänä äiti-lapsisuhteen laadun ja käytettyjen tunteiden säätelyn keinojen välillä erilainen muovautuvuus -mallin mukaisella tavalla vaan on ehkäpä ennemmin aiemmin mainittu riskitekijä. Temperamentilla on biologinen perusta ja voi olla, että tiettyjen tunteiden säätelyn keinojen käyttö heijastaa osittain tätä perimään pohjautuvaa taipumusta reagoida ympäristöön. Tiedyt temperamentin piirteet ovatkin aiemmissa tutkimuksissa olleet yhteydessä yksilöiden tapoihin säädellä tunteitaan (Jaffe ym., 2010). Tutkimustulokset koskien erilainen muovautuvuus -mallia ovat joka tapauksessa jokseenkin ristiriitaisia ja tarvitaan lisää tutkimusta siitä, kuinka erilaiset ympäristötekijät vaikuttavat yksilöllisin tavoin lapsen tunteiden säätelyn kehitykseen.

4.3. Tutkimuksen vahvuudet ja rajoitukset

Tutkimuksen tuloksia tulkittaessa on tärkeää ottaa huomioon sen vahvuudet sekä rajoitukset. Tämän tutkimuksen merkittävänä vahvuutena voidaan pitää pitkittäistutkimusasetelmaa. Toisin kuin poikkileikkaustutkimus, seurantatutkimusasetelma mahdollistaa syy-seuraussuhteiden tutkimisen. Lisäksi se poistaa ajan kulumiseen ja muistojen vääristymiseen liittyvät ongelmat, jotka ovat mahdollisia retrospektiivissä tutkimuksissa, joissa äiti-lapsisuhteen laatua on arvioitu takautuvasti. Tietävästi aikaisemmin ei ole tutkittu näin pitkällä aikavälillä sitä, kuinka äiti-lapsisuhteen laatu ennustaa lapsen tunteiden säätelyä.

Tässä tutkimuksessa käytetyt menetelmät perustuivat tutkimukseen osallistuneiden itsearvioihin, mikä on hyvä huomioda tutkimuksen vahvuuksia ja heikkouksia arvioitaessa. Tunteiden säätelyn keinoja tutkittaessa itsearvioon perustuvat kyselyt ovat hyödyllisiä, sillä tunteiden säateleminen on ennen kaikkea yksilön mielessä tapahtuvaa toimintaa, mitä ulkopuolisten on vaikea havainnoida pelkän käyttäytymisen perusteella. Vaikka itsearvioihin perustuvat menetelmät tarjoavat tärkeää tietoa tutkittavien subjektiivisista näkemyksistä, on kuitenkin hyvä pitää mielessä niihin liittyvät rajoitteet. Tutkittavien vastauksiin voi vaikuttaa muun muassa se, kuinka hyvä yksilö on arvioimaan omaa toimintaansa tai kuinka totuudenmukaisesti henkilö on halukas vastaamaan kysymyksiin.

Äiti-lapsisuhteen laatua arvioi tutkimuksessa vain äiti. Jatkotutkimuksissa olisi hyödyllistä tarkastella äiti-lapsisuhteen laatua monipuolisemmin huomioimalla esimerkiksi myös lapsen kokemukset autonomiasta ja läheisyydestä suhteessa äitiin. Näin voitaisiin tarkastella, eroavatko kenties äidin ja lapsen kokemukset suhteen laadusta toisistaan. Äiti-lapsisuhteen laatua tutkittaessa ulkopuolisten henkilöiden arviot suhteen laadusta voisivat myös tuottaa hyödyllistä lisätietoa subjektiivisten arvioiden rinnalle. Lapsen haastavuutta kuvaava muuttuja muodostettiin vanhemmuuden stressiä mittaavan Parenting Stress Index kyselyn avulla tarkastelemalla lapsen haastavuuteen liittyvää osiota. Kyseessä ei siis ollut varsinainen lapsen temperamenttia mittaava kysely. Mittarin reliabiliteetti oli kuitenkin hyvä ja lisäksi lapsen haastavuutta arvioivat sekä äiti että isä arvion objektiivisuuden lisäämiseksi.

Tutkimuksen rajoituksiin sisältyy myös tutkimuksen aineiston valikoituneisuus. Tutkimukseen osallistuneista äideistä suuri osa oli korkeasti koulutettuja, mikä voi kertoa tutkimusjoukon valikoituneisuudesta. Lisäksi selvästi suurempi osa tutkimukseen osallistuneista nuorista opiskeli lukiossa kuin ammattikoulussa. Nämä tekijät on syytä huomioda tämän tutkimuksen tuloksia yleistettäessä. Tässä tutkimuksessa äiti-lapsisuhteen laatu oli keskimäärin arvioitu hyvin myönteiseksi, mikä rajoitti hypoteesien kunnollista testaamista alhaisen äiti-lapsisuhteen laadun mahdollisten kielteisen vaikutusten osalta.

4.4 Tutkimuksen soveltaminen ja jatkotutkimus

Tutkimuksen pyrkimyksenä oli lisätä ymmärrystä tunteiden säätelyn kehitykseen vaikuttavista tekijöistä. Äiti-lapsisuhteen laadulla ei tässä tutkimuksessa ollut kauaskantoisia seurauksia lapsen tunteiden säätelylle. Tutkimuksen aineisto koostui normaaliväestöstä ja lisäksi tutkimukseen osallistuneet äidit arvioivat suhteensa lapseen keskimäärin hyvin myönteisiksi. Tutkimuksen tulokset voidaankin nähdä toiveikkaassa valossa, sillä näyttäisi siltä, että normaaliväestössä esiintyvä vaihtelu äiti-lapsisuhteen laadussa ei ainakaan kielteisellä tavalla vaikuta lapsen tunteiden säätelyyn hyvin pitkällä aikavälillä. Jatkossa olisi kuitenkin tärkeää tutkia myös äiti-lapsipareja, joiden suhteen laatu voi olla uhattuna erilaisten riskitekijöiden, kuten äidin mielenterveyden ongelmien, vuoksi.

Lisää tutkimusta tarvitaan myös lapsen ominaisuuksien, kuten temperamentin, muovaavasta vaikutuksesta ympäristötekijöiden ja tunteiden säätelyn kehityksen välillä. Lapsen temperamentin ja vanhemmuuden väliset yhteydet ovat monimutkaisia ja vielä ei ole tarpeeksi tutkimustietoa siitä, kuinka nämä tekijät yhdessä vaikuttavat lapsen tunteiden säätelyyn. Tiedetään kuitenkin, että myönteinen vanhempi-lapsisuhte edistää lasten ja nuorten toimivaa tunteiden säätelyä, mikä on mahdollisesti erityisen tärkeää haastavan temperamentin omaavien lasten kannalta. Jatkossa erilainen muovautuvuus -mallia hyödyntävissä tutkimuksissa olisi tarpeen hyödyntää etenkin interventiotutkimuksia. Interventiotutkimuksissa voitaisiin vertailla, kuinka esimerkiksi äiti-lapsisuhteen laadun vahvistaminen vaikuttaisi haastaviksi ja ei-haastaviksi luokiteltujen lasten tunteiden säätelyyn. Tällaisella tutkimusasetelmalla voitaisiin kokeellisesti tarkastella, hyötyykö toinen ryhmä interventiosta enemmän, eli toimiiko temperamentti muovautuvuustekijänä äiti-lapsisuhteen ja tunteiden säätelyn välillä erilainen muovautuvuus -mallin olettamalla tavalla. Tunnistamalla tunteiden säätelyn kehitykseen vaikuttavia tekijöitä ja mekanismeja, voidaan tätä tietoa hyödyntää tukemalla yksilöiden suotuisaa tunteiden säätelyn kehitystä, ja siten myös parempaa mielenterveyttä ja hyvinvointia.

LÄHTEET

- Abidin, R. R. (1995). *Parenting Stress Index: professional manual* (3. painos). Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Ahmed, S., Bittencourt-Hewitt, A., & Sebastian, C. (2015). Neurocognitive bases of emotion regulation development in adolescence. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 15, 11–25. doi:10.1016/j.den.2015.07.006
- Allen, J., Hauser, S., Eickholt, C., Bell, K., & O'Connor, T. (1994). Autonomy and relatedness in family interactions as predictors of expressions of negative adolescent affect. *Journal of Research on Adolescence*, 4(4), 535–552.
- Belsky, J. (2005). Differential susceptibility to rearing influences: An evolutionary hypothesis and some evidence. Teoksessa B. Ellis & D. Bjorklund (toim.), *Origins of the social mind: Evolutionary psychology and child development* (s. 139–163). New York: The Guilford Press.
- Belsky, J., Bakermans-Kranenburg, M. J., & Marinus H. van IJzendoorn. (2007). For better and for worse: Differential susceptibility to environmental influences. *Current Directions in Psychological Science*, 16(6), 300–304. doi:10.1111/j.1467-8721.2007.00525.x
- Belsky, J., & Pluess, M. (2009). Beyond Diathesis Stress: Differential Susceptibility to Environmental Influences. *Psychological Bulletin*, 135(6), 885–908.
- Betts, J., Gullone, E., & Sabura Allen, J. (2009). An examination of emotion regulation, temperament, and parenting style as potential predictors of adolescent depression risk status: A correlational study. *British Journal of Developmental Psychology*, 27(2), 473–485. doi:10.1348/026151008X314900
- Blair, B. L., Perry, N. B., O'Brien, M., Calkins, S. D., Keane, S. P., & Shanahan, L. (2015). Identifying developmental cascades among differentiated dimensions of social competence and emotion regulation. *Developmental Psychology*, 51(8), 1062–1073. doi:10.1037/a0039472
- Borelli, J. L., Smiley, P. A., Rasmussen, H. F., Gómez, A., Seaman, L. C., & Nurmi, E. L. (2017). Interactive effects of attachment and FKBP5 genotype on school-aged children's emotion regulation and depressive symptoms. *Behavioural Brain Research*, 325, 278–289. doi:10.1016/j.bbr.2016.07.035
- Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: retrospect and prospect. *American Journal of Orthopsychiatry*, 52(4), 664–678. doi:10.1111/j.1939-0025.1982.tb01456.x.

- Bradley, R. H., & Corwyn, R. F. (2008). Infant temperament, parenting, and externalizing behavior in first grade: A test of the differential susceptibility hypothesis. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 49(2), 124–131. doi:10.1111/j.1469-7610.2007.01829.x
- Brenning, K., & Soenens, B. (2017). A self-determination theory perspective on postpartum depressive symptoms and early parenting behaviors. *Journal of Clinical Psychology*, 73(12), 1729. doi:10.1002/jclp.22463
- Brenning, K. M., Soenens, B., Braet, C., & Bosmans, G. (2012). Attachment and depressive symptoms in middle childhood and early adolescence: Testing the validity of the emotion regulation model of attachment. *Personal Relationships*, 19(3), 445–464. doi:10.1111/j.1475-6811.2011.01372.x
- Brenning, K., Soenens, B., Mabbe, E., & Vansteenkiste, M. (2019). Ups and downs in the joy of motherhood: Maternal well-being as a function of psychological needs, personality, and infant temperament. *Journal of Happiness Studies*, 20(1), 229–250. doi:10.1007/s10902-017-9936-0
- Brenning, K., Soenens, B., Van Petegem, S., & Vansteenkiste, M. (2015). Perceived maternal autonomy support and early adolescent emotion regulation: A longitudinal study. *Social Development*, 24(3), 561–578. doi:10.1111/sode.12107
- Brewer, S. K., Zahniser, E., & Conley, C. S. (2016). Longitudinal impacts of emotion regulation on emerging adults: Variable- and person-centered approaches. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 47, 1–12. doi:10.1016/j.appdev.2016.09.002
- Brumariu, L. E. (2015). Parent–Child attachment and emotion regulation. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 2015(148), 31–45. doi:10.1002/cad.20098
- Chess, S., & Thomas, A. (1977). Temperament and the parent-child interaction. *Pediatric Annals*, 6(9), 574–582.
- Cole, P. M., Michel, M. K., & Teti, L. O. (1994). The development of emotion regulation and dysregulation: A clinical perspective. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 73–100.
- Dryman, M. T., & Heimberg, R. G. (2018). Emotion regulation in social anxiety and depression: A systematic review of expressive suppression and cognitive reappraisal. *Clinical Psychology Review*, 65, 17–42. doi:10.1016/j.cpr.2018.07.004
- Giedd, J. N., Keshavan, M., & Paus, T. (2008). Why do many psychiatric disorders emerge during adolescence?. *Nature Reviews Neuroscience*, 9(12), 947–957. doi:10.1038/nrn2513
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in

- emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41–54. doi:10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94
- Graziano, P. A., Reavis, R. D., Keane, S. P., & Calkins, S. D. (2007). The role of emotion regulation in children's early academic success. *Journal of School Psychology*, 45(1), 3–19. doi:10.1016/j.jsp.2006.09.002
- Gresham, D., & Gullone, E. (2012). Emotion regulation strategy use in children and adolescents: The explanatory roles of personality and attachment. *Personality and Individual Differences*, 52(5), 616–621. doi:10.1016/j.paid.2011.12.016
- Gross, J. J. (2001). Emotion regulation in adulthood: Timing is everything. *Current Directions in Psychological Science*, 10(6), 214–219. doi:10.1111/1467-8721.00152
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281–291. doi:10.1017/S004857720139319
- Gross, J. (2013). Emotion regulation: conceptual and empirical foundations. Teoksessa J. Gross (toim.), *Handbook of Emotion Regulation* (s. 3–20). New York: Guilford Publications.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348–362. doi:10.1037/0022-3514.85.2.348
- Gunzenhauser, C., Fäsche, A., Friedlmeier, W., & Suchodoletz, A. v. (2014). Face it or hide it: Parental socialization of reappraisal and response suppression. *Frontiers in Psychology*, 4, 992. doi:10.3389/fpsyg.2013.00992
- Haga, S. M., Kraft, P., & Corby, E. (2009). Emotion regulation: Antecedents and well-being outcomes of cognitive reappraisal and expressive suppression in cross-cultural samples. *Journal of Happiness Studies*, 10(3), 271–291. doi:10.1007/s10902-007-9080-3
- Hankin, B. L., Nederhof, E., Oppenheimer, C. W., Jenness, J., Young, J. F., Abela, J. R. Z., Smolen, A., Ormel, J., & Oldehinkel, A. J. (2011). Differential susceptibility in youth: Evidence that 5-HTTLPR x positive parenting is associated with positive affect 'for better and worse'. *Translational Psychiatry*, 1(10).
- Hartman, S., & Belsky, J. (2016). An evolutionary perspective on family studies: Differential susceptibility to environmental influences. *Family Process*, 55(4), 700–712. doi:10.1111/famp.12161
- Ingram, R. E., & Luxton, D. D. (2005). Vulnerability-stress models. Teoksessa B. L., Hankin, & J. R. Z., Abela (toim.), *Development of psychopathology: A vulnerability-stress perspective* (s. 32–46). Thousand Oaks, Calif: Sage Publications.

- Jaffe, M., Gullone, E., & Hughes, E. (2010). The roles of temperamental dispositions and perceived parenting behaviours in the use of two emotion regulation strategies in late childhood. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 31(1), 47–59. doi:10.1016/j.appdev.2009.07.008
- John, O. P., & Gross, J. J. (2004). Healthy and unhealthy emotion regulation: Personality processes, individual differences, and life span development. *Journal of Personality*, 72(6), 1301–1334. doi:10.1111/j.1467-6494.2004.00298.x
- Kessler, R. C., Avenevoli, S., & Ries Merikangas, K. (2001). Mood disorders in children and adolescents: An epidemiologic perspective. *Biological Psychiatry*, 49(12), 1002–1014. doi:10.1016/S0006-3223(01)01129-5
- Kiff, C. J., Lengua, L. J., & Zalewski, M. (2011). Nature and nurturing: Parenting in the context of child temperament. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 14(3), 251–301. doi:10.1007/s10567-011-0093-4
- Koole, S. L. (2009). The psychology of emotion regulation: An integrative review. *Cognition & Emotion*, 23(1), 4–41. doi:10.1080/02699930802619031
- McLaughlin, K. A., Hatzenbuehler, M. L., Mennin, D. S., & Nolen-Hoeksema, S. (2011). Emotion dysregulation and adolescent psychopathology: A prospective study. *Behaviour Research and Therapy*, 49(9), 544–554. doi:10.1016/j.brat.2011.06.003
- McRae, K., Gross, J. J., Weber, J., Robertson, E. R., Sokol-Hessner, P., Ray, R. D., Gabrieli, J., & Ochsner, K. N. (2012). The development of emotion regulation: An fMRI study of cognitive reappraisal in children, adolescents and young adults. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 7(1), 11–22. doi:10.1093/scan/nsr093
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2019). Attachment orientations and emotion regulation. *Current Opinion in Psychology*, 25, 6–10. doi:10.1016/j.copsyc.2018.02.006
- Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Myers, S. S., & Robinson, L. R. (2007). The Role of the Family Context in the Development of Emotion Regulation. *Social Development*, 16(2), 361–388.
- Riediger, M., & Klipker, K. (2013). Emotion regulation in adolescence. Teoksessa J. Gross (toim.), *Handbook of Emotion Regulation* (s. 187–202). New York: Guilford Publications.
- Rogier, G., Garofalo, C., & Velotti, P. (2019). Is emotional suppression always bad?: A matter of flexibility and gender differences. *Current Psychology*, 38(2), 411–420. doi:10.1007/s12144-017-9623-7

- Rothbart, M. K. (2007). Temperament, development, and personality. *Current Directions in Psychological Science*, 16(4), 207–212. doi:10.1111/j.1467-8721.2007.00505.x 9280.2009.02473.x
- Sarıtaş, D., Grusec, J. E., & Gençöz, T. (2013). Warm and harsh parenting as mediators of the relation between maternal and adolescent emotion regulation. *Journal of Adolescence*, 36(6), 1093–1101. doi:10.1016/j.adolescence.2013.08.015
- Silvers, J. A., McRae, K., Gabrieli, J. D. E., Gross, J. J., Remy, K. A., & Ochsner, K. N. (2012). Age-related differences in emotional reactivity, regulation, and rejection sensitivity in adolescence. *Emotion*, 12(6), 1235–1247. doi:10.1037/a0028297
- Stifter, C. A., & Braungart, J. M. (1995). The regulation of negative reactivity in infancy: Function and development. *Developmental Psychology*, 31(3), 448–455. doi:10.1037/0012-1649.31.3.448
- Tani, F., Pascuzzi, D., & Raffagnino, R. (2018). The relationship between perceived parenting style and emotion regulation abilities in adulthood. *Journal of Adult Development*, 25(1), 1–12. doi:10.1007/s10804-017-9269-6
- Thompson, R. A. (2013). Socialization of emotion and emotion regulation in the family. Teoksessa J. Gross (toim.), *Handbook of Emotion Regulation* (s. 173–186). New York: Guilford Publications.
- Van Aken, C., Junger, M., Verhoeven, M., Van Aken, M. A. G., & Deković, M. (2007). The interactive effects of temperament and maternal parenting on toddlers' externalizing behaviours. *Infant and Child Development*, 16(5), 553–572.